

作为家长，我该如何利用可汗学院来支持我的孩子在学校停课期间的学习？

亲爱的家长，

我们知道抚养孩子、管理家庭、完成工作都是很有挑战性的，尤其是在学校停课的时候。

我们知道，现在对每个人来说都是焦虑的时刻，健康和安全是第一位的。请知道我们是来帮助您让您的孩子在学校停课的情况下继续学习的。以下是我们最近收到的最热门的问题。有更多的问题吗？您可以在支持社区中与我们共享它们，或者与我们的支持团队联系。

我该如何安排孩子在停课期间的学习时间？

把事情简单化，设定一个每天学习2-3小时的目标。可以让你的孩子从每天阅读一小时和做一小时的数学练习开始（这个时间安排不一定要连续）。如果你的孩子还有精力学习科学科目和社会科目，那就太好了。

很多学生早上精力最充沛，所以这是他们学习阅读和数学的最佳时间。中间安排几次做游戏和体育活动的休息时间。

如果没有学校的指导，我怎么知道要讲什么内容？

翻看一下你的孩子的家庭作业和课本，让他们告诉你他们正在学习什么主题。

和你的孩子谈一谈，了解到目前为止她对所学内容的掌握程度。你可以决定现在最好是复习现有资料呢，还是学习新课程。在可汗学院，你的孩子可以选择一个课程开始学习，对下一个课程的推荐将自动出现。

对注册了AP课程和/或准备SAT考试的高中生，可汗学院(Khan Academy)提供最受欢迎的AP课程和官方SAT备考课程。

如果我不能辅导我的孩子怎么办？

当孩子们使用可汗学院进行练习时，他们会得到即时的反馈。如果学生选择了一个错误的答案，他们将得到提示，分步解答的范例，以及相关的教学视频的链接。

今天，在线学习资源十分丰富。你可以查看一下大众媒体推荐的教育网站列表。

如果你有更小的孩子，你只能做一件事，那就是在睡觉前和你的孩子一起阅读15-30分钟。

如果我不懂这个主题，我如何帮助我的孩子学习？

不懂这个主题没关系。这是一个很好的机会，让你树立一个有好奇心和学会学习的榜样。你可以说，“我自己也不知道所有的答案，让我们来找出学习这些材料的方法吧。”在可汗学院，你可以使用我们的搜索栏，输入你要学习的特定主题，例如“全等角”。如果(在学习)你或你的孩子遇到点困难，记住这是自然的!学习是一个“富有成效的斗争”过程。

当我在家工作时，我如何管理孩子在家学习？

留出特定的时间，你知道你将有1对1的时间和你的孩子在一起。这段时间可以是一起阅读的时间，白天的休息时间，也可以是午餐时间。知道你已经有了特定的“在一起的时间”可以帮助你其他时间保持界限（如果可能的话）。

但他们是孩子，对吧？作为父母，我们知道有孩子意味着被打扰。（跟孩子）明确被打扰的最佳方式。方法可以很简单，比如请求敲门，或者预先安排好信号，比如“当我打电话时，握住我的手，数到20”。

我们提到过我们特别喜欢清单吗？大一点的孩子可以通过清单进行更多的自我指导。当一个孩子对你说“我很无聊，我不知道该做什么”时，把他们转到列表上，这样他们就能掌控自己的时间。

作为父母，紧张局势的出现是可以预见的。人很容易发脾气，失去冷静。我们都做过。在这种情况下，你可以把这看作另一个教学时刻：如何道歉的角色示范。一个建议：“嘿，对不起我大喊大叫了。我感到很有压力，我意识到我应该去散个步。我们都能按下重启键吗？”

最后，善待自己。没有办法成为一个完美的父母，但有一千种方法可以成为一个好父母。

我们还能帮上什么忙？

我们正在努力了解家长和孩子们面临的最紧迫的问题，以便在学校关闭期间继续学习。请告诉我们您的任何问题。请在未来几天或几周内访问我们的网站，因为我们正在为大家更新我们的资源。

真诚地，

可汗学院团队